

עוף עם אפרסקים



רכיבים

- כרע הודו
- חבילה אפרסק משומר משומרים, בינונית, עם הסירופ
- כפות מיונז
- 1/2 2/1 כפית חרדל
- כוס קטשופ 750 גרם אסם
- כפות חומץ

הכנה

1. לערבב את סירופ השימורים וכל החומרי הרוטב לרוטב חלק וללא גושים.
2. לסדר את העוף בתבנית ולשפוך מעל את הרוטב.
3. לפזר מסביב את חתיכות האפרסקים או השזיפים.
4. לאפות בחום גבוה- 200 מעלות כ- 90 דקות עם כיסוי.
5. להסיר את הכיסוי ולאפות כ- 30 דקות נוספות. *ניתן להמיר את האפרסקים בשזיפים משומרים באותה הכמות. לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון.

130 דקות

8 servings 8